

Acerca del vínculo estudiante-docente, Kenny sostiene que puede influir mucho en el desarrollo o prevención de la MPA. El estudiante confía sus aspiraciones y temores hacia el docente, mientras que este debe ser lo suficientemente sensible para percatarse de estas necesidades y saber conducir al estudiante hacia la satisfacción de sus metas.

La psicología de la ansiedad ante la ejecución musical es el primer libro que intenta sistematizar el conocimiento en torno a la MPA. Como tal, es una guía importante para los interesados en esta aplicación de la psicología. No obstante, creo que Kenny debe esclarecer su postura en el problema mente-cuerpo. El dualismo de sustancias implícito en la obra resta seriedad al estudio científico de la ansiedad. Por ello, las futuras investigaciones deben incorporar más datos desde las neurociencias y tener claro que el uso de la psicología popular corresponde a fines pragmáticos, pero que de ningún modo justifican la adopción de una ontología dualista anquilosada en el tiempo.

En suma, creo que a pesar de las objeciones filosóficas señaladas, la obra de Kenny es fundamental para el desarrollo de herramientas de solución para un problema que aqueja a aquellas personas que optan por seguir una carrera musical. Quizá Chopin, Rachmaninoff, Arrau y Kleiber no puedan beneficiarse con las investigaciones futuras, pero muchos otros músicos podrán tener esta oportunidad.

Álvaro Chang Arana

Pérez, M. (2012)

Las raíces de la psicopatología moderna. La melancolía y la esquizofrenia

Madrid: Pirámide, 262 pp.

La vida no tiene sentido... vi con claridad que no había delante de mí más que destrucción. Era imposible parar, imposible retroceder e imposible... evitar ver que no había nada en el futuro más que sufrimiento y muerte: aniquilación total... Mi vida es una estúpida y cruel broma que alguien me ha gastado... Hoy o mañana, la enfermedad y la muerte vendrán (ya han llegado) a aquellos que amo o a mí; nada permanecerá más que pestilencia y gusanos. Tarde o temprano, mis acciones... serán olvidadas

y ya no existirá. Entonces, ¿por qué realizar algún esfuerzo? ¿Cómo el hombre puede fallar en ver esto? ¿Y cómo continuar viviendo? (Tolstoi, 1998 [1882], pp. 12-13) [Trad. del A.].

¿Cómo llega un genio de la talla de Tolstoi a atormentarse de tal manera luego de obtener riqueza, reconocimiento mundial y formar una amada familia? ¿No es fuente de calma y de presunción el ser alguien tan ilustrado y reverenciado? No necesariamente: la ignorancia puede ser una bendición. Esta es la línea que desarrolla el libro motivo de la reseña, presentando la capacidad de reflexión e introspección como una paradoja: por un lado, hace al ser humano lúcido y dichoso; por otro, lo puede llevar a ser alguien atormentado y desdichado. El autor, Marino Pérez Álvarez, es un reconocido psicólogo clínico y catedrático español que cuenta con más de diez libros en su haber. Es, además, un conductista radical declarado.

El libro está escrito a manera de ensayo, apoyándose no solo en la psiquiatría, sino también en la filosofía, la literatura, la sociología, la antropología y la historia. El estilo es claro y, por párrafos, inclusive satírico, pero también puede llegar a ser reiterativo. En general, el libro se lee con facilidad; no obstante, el lector no familiarizado aunque sea superficialmente con el *existencialismo*, la *fenomenología* o la *epistemología* probablemente se atascará en algunos capítulos.

La tesis del libro es que la reflexión profunda, indagadora de motivos, centrada en uno mismo –lo que el autor denomina *hiperreflexividad*– es un factor causal de múltiples trastornos psicológicos: desde la fobia social hasta la disfunción sexual. A lo largo de sus páginas se abordan la esquizofrenia y, en especial, la depresión. El soporte empírico está cimentado por diversos tipos de estudios: correlacionales, experimentales, longitudinales, culturales y psicoterapéuticos. El objetivo es mostrar la *hiperreflexividad* como producto histórico y relacionarla causalmente con la psicopatología moderna, lo cual, aunque acudiendo a veces a sofismas, logra.

El libro cuenta con doce capítulos; sin embargo, uno puede captar la esencia del texto concentrándose en los capítulos 4, 5, 8, 9 y 11, los más sólidos e interesantes dado que los demás suelen ser bastante laxos o plantear ideas que no son desarrolladas más que en los mencionados capítulos.

En el capítulo 4, el autor indica que la reflexividad intensificada centrada en uno mismo puede ser adaptativa (cuando uno se cuestiona algo y

lo soluciona) o patógena (cuando uno se cuestiona algo de forma extremadamente analítica, perjudicando el involucramiento con el mundo), tratándose, en este caso, de una *hiperreflexividad*. Seguidamente, señala que el *mindfulness* –antes como «filosofía de vida» que como simple técnica de consejería– es terapéuticamente efectivo y que, si bien también es un tipo de reflexividad intensificada, centrada en el aquí y ahora, se trata de una aceptación incondicional, no valorativa de las experiencias y del entorno; la idea es dejar de gastar energía con aquello que nos perturba y convivir pacíficamente con ello.

El capítulo 5 podría resultar el más controversial. El autor utiliza todo su arsenal para atacar furibundamente a las neurociencias por sus dos flancos: su alcance explicativo como ciencia y su impacto empírico, principalmente el social. Resalta insistentemente que todo cerebro se desarrolla y reorganiza inexorablemente en función de un contexto cultural de referencia, por lo que este debe ser estudiado como variable dependiente antes que independiente del entorno. Por esto, nos dice, no existe algo así como un cerebro puramente creador, omnipotente, con todo configurado *a priori*. Posteriormente, se sostiene que no deja de ser irónico que el enfoque que denomina *cerebrocentrista* sea esencialmente resultado de la variación del contexto cultural occidental: el declive de las humanidades, el omnipresente *márketing* farmacéutico y las actitudes sociales imperantes (indiferencia o impotencia ante los problemas y la cómoda inculpabilidad de las personas ante sus actos). Y es que las neurociencias, de algún modo, quitan responsabilidad: por un lado, al individuo («no soy yo, son mis neuronas») y, por otro, a la sociedad, pues la salva de crítica. Así, mi cerebro es el que debe ser intervenido o regulado, no la persona responsable, ni mucho menos la sociedad. Consiguientemente, no solo los trastornos tendrían explicación preponderantemente neuronal, sino prácticamente todo: la ética, el arte, el amor, la sexualidad. Esto resultaría peligroso, pues todo podría terminar regulado y confinado al cerebro, como cambiando un dogma por otro: ayer dios, hoy el cerebro.

Pasada la mitad del capítulo, Marino Pérez comienza a atacar a las neurociencias valiéndose de uno de sus propios métodos: las neuroimágenes. Según él, únicamente serían procesos cerebrales correlativos a actividades conductuales que solo confirman lo que ya sabemos se está dando. Pensemos en el típico estudio neurocientífico: meter en una máquina de neuroimagen a una persona definida por alguna condición y registrar la actividad neuronal, entonces veremos la activación de alguna área cerebral, una

mera descripción pero sin saber motivos ni intenciones. Además, dados los códigos éticos actuales, únicamente se podría estudiar al ser humano cuando su cerebro ya fue moldeado por la cultura. En consecuencia, la relación entre las neuroimágenes y los trastornos mentales no sería necesariamente causal, pudiendo ser de efecto y, de ser así, podríamos estar interviniendo o teorizando equivocadamente en muchos casos; lo que el autor considera sería escuchar al fármaco antes que al paciente, como si el remedio explicara la causa de un trastorno.

En el capítulo 8 se describe la construcción histórica de la reflexividad (y la consiguiente consolidación del yo), refiriendo el surgimiento del yo moderno a partir del siglo XV con la conquista del mundo subjetivo y su complicación hasta lo indecible. Se da el auge del cultivo de un mundo interior, manifiestamente separado del mundo exterior. Esto vendría implementado por un creciente desencanto con la realidad, soportable a través de la ironía. La *hiperreflexión* sería un tipo de defensa contra un mundo que resulta extraño.

El capítulo 9 resulta el más interesante, pues se exponen ideas inusuales en la psicología actual. Son un par de esclarecedoras frases las que resumirían la intención del autor aquí, pero no las ilustra mucho, lo cual intentaré hacer someramente. Primera frase: «el cuerpo ya incorpora la cultura en la estructura de su funcionamiento, tanto como decir en sus entrañas» (p. 152). Consideremos, por ejemplo, cómo algunas personas adquieren ciertos gustos y hábitos alimenticios y, junto a estos, incorporan estándares de belleza proliferantes en su cultura; esto irá moldeando el funcionamiento de su cuerpo: desde abundante salivación ante determinados alimentos, hasta el padecimiento de anorexia o bulimia, que, por cierto, parecieran solo desarrollarse en Occidente o culturas notoriamente modificadas por este. Segunda frase: «la cultura misma contiene las condiciones que pueden desordenar la vida de los individuos» (p. 153). Así, la cultura misma dispone las condiciones del desorden, los modos de conducta desadaptada, transgresora: las formas de «estar mal». Es como si la sociedad dijera «no estés mal, pero si lo estás, será de esta forma» (p. 154). Pensemos en la ya superada patologización de la homosexualidad: si no actuabas –por lo menos públicamente– acorde con cierto estándar socialmente impuesto (heterosexualidad), tenías un trastorno psicológico (como los que se siguen diagnosticando disimuladamente en manuales de pruebas proyectivas del siglo pasado y que se continúan usando en universidades y cárceles de nuestro país, por ejemplo). Y, de paso, la gente se podía compadecer, pues

como enfermo (en este caso, homosexual), tu sufrimiento estaba garantizado, ya que la ciencia había dispuesto que tu padecimiento era producto de una violación o de una relación deficiente con tus padres (también diseñada por la comunidad científica), pero, ¿un homosexual libre, sin traumas, o sea, que no sufre por ello? Eso era inconcebible, intolerable y a veces internalizado por los propios sujetos homosexuales, quienes podían llegar a adoptar ciertos «síntomas» a causa de una sociedad que los rechazaba.

Sigamos con el capítulo 11, donde lo más resaltante es la transformación que sufre el concepto de melancolía: antes de la consolidación de la depresión (y posteriormente de la distimia) en el siglo XX, la melancolía era un *modo de ser* y tenía sentido, pudiendo ser valorada positivamente, transformándose posteriormente en algo que se tiene, sin valoración positiva posible y que debe ser exterminado; casi como un regreso al pecado. A grandes rasgos, se pasa de algo esencial y propio, que puedo aceptar y aprovechar —la melancolía— a algo ajeno, que tengo y que debo quitar —la depresión, la cual termina subsumiendo a la melancolía—. Luego, el autor nos refiere que hoy en día la depresión resulta un término baúl pues la gente lo utiliza para referirse a infinidad de cosas: frustraciones, decepciones, aburrimiento o, simplemente, vida no vivida, oportunidades desperdiciadas; descontento en general pero teñido de culpa. Ulteriormente, plantea el concepto *desesperación* de Kierkegaard como núcleo de la depresión. Esta estaría particularmente exacerbada en una sociedad de consumo masivo que fomenta la insaciabilidad y el uso descartable (alimentos del comercio). Se crean falsas necesidades y salen nuevas versiones de lo que ya posees y obtenerlas te acercaría más a la felicidad: jamás estarás satisfecho. El *marketing* impone ciertos deseos y hace creer al consumidor que le son propios. La felicidad impulsada desinteresadamente por el *marketing* resulta sospechosa, incoherente, digna de un oxímoron. Actualmente, en asoleados días felices en los cuales prevalece la Psicología Positiva, pareciera contradictorio —al ingenuo, al menos— que presenciemos el auge de la depresión y de la medicalización de la vida cotidiana. Pensemos en la actual paradoja hallada por diversos economistas: en los países donde hay mayor índice de felicidad existen las mayores tasas de suicidio.

Vemos a lo largo del texto, sin que el autor lo haga explícito, cómo el hombre (más que la mujer y a veces en detrimento de ella) va eligiendo determinaciones con las cuales se siente cómodo a través de las épocas: los humores, los dioses, los demonios, los astros, la naturaleza, el inconsciente, los genes, el cerebro y demás; todos ellos nos permiten, con el visto bueno

del discurso científico –o religioso– de turno, eximirnos de responsabilidad por nuestros actos.

Finalizo planteando las siguientes cuestiones basadas (aunque no dilucidadas) en el texto:

La *hiperreflexividad* se manifestaría con más recurrencia en personas intelectuales, extremadamente analíticas, mientras que el *mindfulness* –o cualquier otro tipo de anestésica resignación– podría darse más fácilmente en personas no intelectuales, menos analíticas; así, entramos, a mi parecer, en cierto conflicto: el aceptar lo que hay y ser «feliz» versus el estar disconforme, «infeliz» y tratar de alterar el *statu quo*. ¿Llega a ser compatible generar un cambio social con una aceptación incondicional y acrítica por parte de la gente? Por otro lado, si de intentar cambiar el mundo –o creer que tal cosa es factible– se tratase, ¿qué tipo de personas querríamos que lo conforme, gente que acepte, no juzgue y no sufra o gente que no se conforme, juzgue pero sufra? A nivel sociológico –o sea, no egoísta– la última alternativa probablemente sea preferible, pero a nivel psicológico –que es lo que probablemente le interese al lector– el afamado *mindfulness* y sus equivalentes serían una opción preferible, dados sus individuales y bondadosos efectos psicoterapéuticos.

Por último, ¿podrían haber casos en los cuales –como sucedió con Tolstoi– un sujeto muy lúcido y culto haya estado siempre orientado hacia la acción, hacia la solución, hacia el éxito, habiendo alcanzado todo aquello que supuestamente bastaría para ser feliz, pero que, en determinado momento de su vida, se cuestione a ultranza y necesite desesperadamente saber los porqués de las cosas y de sus elecciones y descifrar si la fugaz vida tiene algún sentido y, de no encontrar respuestas, no poder seguir viviendo? Para este tipo de casos, ¿tuvo razón Kierkegaard cuando afirmó que solo un salto de fe –como el que finalmente dio Tolstoi– podría salvarnos y permitirnos vivir sin angustia?

Víctor Talavera Urdanivia

REFERENCIA

Tolstoy, L. (1998). *A Confession*. Recuperado el 6 de junio del 2013, de <http://www.ccel.org/ccel/tolstoy/confession.pdf> (trabajo original publicado en 1882).